

anno VIII n. 6 novembre/dicembre 2005 - Sped. Abb. Post. D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/2/2004 n. 46) art. 1 comma 1 DCB di Milano - € 5,00

# Arti d' Oriente

bimestrale di culture e tradizioni orientali

il kendo di  
**Franco Sarra**

Harrison e  
**L'esoterismo del Budo**

quaderni tecnici  
**Il judo delle origini**

ISSN 1126-8065



9 771126 808009

# Hung Gar

di **Giuseppe Giosuè**

## L'arte nata per combattere l'invasore

L' *hung gar*, stile del sud, è uno dei più affascinanti e, per certi aspetti, esoterici, tra i sistemi del complesso e variegato mondo del *kung fu*; in origine la sua pratica prevedeva rituali segreti, formule magiche, gesti convenzionali per iniziati, fabbricazione di amuleti, allenamenti clandestini, numerologia esoterica... in realtà più che uno stile era una setta segreta, nota come società Hung.

Nasce in un periodo storico particolare e prenderà la forma attuale nei decenni successivi; tutto ha inizio quando gli eserciti mancesi invadono la Cina e, detronizzando l'imperatore della dinastia Ming, danno vita a una nuova casata, quella dei Ching; questo accadeva nel 1644.

L'evento non rappresentò solo una successione dinastica, ma implicò una serie di drastici cambiamenti nella società, nella cultura, nei culti religiosi, negli stili di vita, ecc.; tutto ciò esasperò gli animi nazionalisti, così, nell'arco di qualche decennio, la Cina meridionale divenne il centro della resistenza, che si espresse in sanguinose lotte per il ripristino della vecchia dinastia.

Come spesso accadde nella storia della Cina, ma non solo, i rivoltosi si riunirono in società segrete, genericamente conosciute come Triadi (in quanto il loro simbolo era il triangolo, che rappresentava il

concetto «Uomo-Cielo-Terra») al grido «rovesciare i Ching per ripristinare i Ming»; una delle principali fu quella del «Cielo e della Terra», che secondo alcuni storici si può identificare con la «Società Hung», o quantomeno quest'ultima ne faceva parte; è in questo contesto che nacque l'*hung gar* (famiglia Hung).

Negli anni a venire, quindi, numerosi furono i tentativi di ripristinare il vecchio regime, soprattutto a opera di queste società segrete, organizzatesi in piccoli eserciti; le sedi logistiche dei guerriglieri e i centri dei sentimenti patriottici furono i templi buddisti, in particolare quelli dell'ordine Shaolin, da sempre luoghi di formazione di formidabili combattenti.

Per questo motivo e per il fatto che questi rappresentavano l'unica istituzione che conservava i valori della precedente dinastia, costituendo un pericoloso punto di riferimento culturale per il popolo e per la borghesia, i nuovi regnanti iniziarono un'opera di discriminazione prima e di aperta avversione poi nei loro confronti.

Nel XVIII secolo iniziò una sistematica distruzione dei templi e di sterminio dei monaci, che coinvolse anche il principale tempio Shaolin del Sud, quello di Fukien. Con l'aiuto di un monaco rinnegato, Ma Fu-i, detto il «numero sette» (perché classificatosi



**Le immagini dell'articolo ritraggono l'autore in alcune posizioni di hung gar.**

settimo nelle prove di destrezza quando era ancora al tempio), l'esercito imperiale piazzò degli ordigni esplosivi e dispose gli uomini in punti strategici; un drappello di soldati, nel frattempo, con l'aiuto di un altro monaco traditore, Pai Mei o Pak Mei, si presentò alla porta del tempio come scorta d'onore di doni imperiali per l'anno nuovo, tra cui del vino avvelenato.

Con una trappola così congegnata i monaci non ebbero scampo; degli oltre ottocento religiosi solo qualche decina scampò al massacro, disperdendosi e nascondendosi tra le montagne. Alcuni di essi, la tradizione vuole cinque, non si divisero prima di essersi accordati sul fatto di riorganizzarsi, reclutare volontari e tentare, lottando in clandestinità, di rovesciare i Ching.

Ognuno di essi creò una loggia, con un proprio colore, con un proprio simbolo e un proprio nome: una di queste era, appunto, la società Hung o famiglia Hung... *hung gar*.

Di questo, che poi diventerà uno stile di *kung fu*, è stato detto: «è conosciuto come sistema nato dalla rivoluzione, creato in segretezza e come quello che risorse dalle ceneri di Shaolin».

Se le radici dello stile sono da ricercarsi nella tradizione di Shaolin, quindi nel Buddismo Chan e gli

antefatti nei moti rivoluzionari delle Triadi, le notizie sulla sua origine si perpetuano in più versioni; quella, forse, meno probabile vuole che l'Abate Chi Shan riuscì a fuggire dal tempio in fiamme e si rifugiò sulle Barche Rosse, battelli che trasportavano una compagnia itinerante del teatro dell'opera di Kwangtung.

Questa era un'ottima copertura per l'abate, e poiché nelle rappresentazioni teatrali si faceva largo uso delle arti marziali egli poté continuare a insegnare il *kung fu Shaolin* agli attori e ai patrioti militanti che si recavano da lui.

Chi Shan istruiva i suoi allievi sulle barche; la loro instabilità e la carenza di spazio a disposizione costrinsero l'abate a modificare lo stile originario; è così, secondo questa versione dei fatti, che nacque l'*hung gar*, combinando i movimenti della tigre con quelli della gru e prendendo il nome Hung (= rosso) dalle suddette imbarcazioni.

Un'altra ipotesi è che l'abate, esperto nello stile della tigre, creò il sistema *hung gar* insieme a un suo allievo, Hung Hee Gung (1745-1825), già praticante dello stile della gru, e che da esso prese il nome.

Una versione simile a quest'ultima narra che Hung Hee Gung, che da Chi Shan aveva appreso lo stile della tigre, insieme a Fang Shih Yu, esperto nello stile della gru, darà vita al *Hung kuen hu hok pai* (Sistema della tigre e della gru del maestro Hung).

Altre fonti sostengono che Hung Hee Gung fu allievo di Chi Shan per lo stile della tigre e di Wu Mei, una monaca che abbandonò il Tempio prima che venisse distrutto, e che in seguito istruirà Yim Wing Chun, che creerà un suo sistema, il *wing chun* appunto, per lo stile della gru; quindi combinando i due sistemi svilupperà il suo personale sistema, che solo in seguito diventerà lo stile preferito dalla società Hung.

Se le versioni sulla nascita dello stile non sono univoche, l'origine del nome è altrettanto incerta: il termine *hung*, infatti, potrebbe derivare da «rosso», il nome delle imbarcazioni sulle quali si sarebbe rifugiato l'abate del tempio di Fukien; dal cognome del suo ideatore Hung Hee Gung; in onore di Hung Wu,

titolo del primo Imperatore Ming, o dell'ultimo regnante di questa dinastia, Chu Hung Chu. Non sappiamo quale sia il significato del nome, così come non conosciamo quale sia la verità sull'origine di questo stile; sappiamo per certo che è legato ai moti rivoluzionari anti Ching e che un certo Hung Hee Gung iniziò ad insegnarlo intorno al 1805, nella città di Foshan, nel Kwangtung.

Si dice che l'addestramento degli adepti dell'*hung gar* consistesse nell'esercitarsi con un'unica forma, *Gung gee fok fu kuen* («Ho costruito la forza addomesticando la tigre»), ancora oggi una delle più prestigiose del *kung fu*, e che contenesse molti gesti e segni convenzionali per comunicare senza essere scoperti. Un movimento

molto ricorrente in questa sequenza, il *kiu sao*, che serviva (piegando le dita a livello della seconda falange lasciando il dito indice disteso) per generare tensione dinamica sugli avambracci, aveva, ad esempio, un significato simbolico legato alla seguente formula verbale: se solo volessi alzare un dito contro i Ching, insieme potremmo ripristinare i Ming.

L'operato delle società segrete non portò mai a nulla e il potere dei Manciù divenne sempre più saldo, fino a che esse persero la loro connotazione originaria; usciti dalla clandestinità gli adepti della società Hung crearono quello che oggi è uno dei più apprezzati stili di *kung fu* e le generazioni di maestri successivi ne arricchirono il programma tecnico.

In particolare lo sviluppo del sistema si deve alla famiglia Wong; uno dei migliori discepoli del fondatore fu Luk Ah Choi, il quale addestrò diverse generazioni della sopraccitata famiglia, il cui ultimo e più grande rappresentante fu Wong Fei Hung (1847-1924), che sistematizzò e canonizzò lo stile.

Oggi il sistema conta otto o nove (a seconda delle scuole) forme a mani nude e svariate con le armi; altra sequenza molto prestigiosa e insegnata in tutte le scuole di *hung gar* è *Fu hok suen yin kuen* («Forma tigre-gru»), considerata da molti quella che meglio rappresenta l'intero stile, che, pur basandosi sui cinque animali di Shaolin, è caratterizzato in particolare dalle movenze di questi due animali; come la precedente è molto lunga (circa duecento movimenti) e contempla delle fasi di *chi kung*, alternate ai movimenti della tigre e della gru.

Negli ambienti *hung gar* si dice che *Gung gee fok fu kuen* è l'anima dello stile, mentre *Fu hok suen yin kuen* è lo spirito del sistema.

Altra pietra miliare dello stile, che sembra provenire, come la precedente, dalla famiglia Wong, è *Sap ying kuen* («Forma dei dieci stili»), conosciuta anche come *Wu shing-wu hung* («Forma dei cinque animali e cinque elementi»). Con questa sequenza, il cui nome è un esplicito riferimento alla tradizione animista cinese, si tendono a sviluppare le cinque essenze dell'uomo, legate ai cinque animali; così se le movenze della tigre sviluppano l'apparato osteo-articolare, quelle del leopardo la muscolatura, quelle della gru l'apparato tendineo, quelle del drago e del serpente lavorano su aspetti più insondabili, quali lo spirito e l'energia vitale. Se i movimenti degli animali sono, relativamente, di facile comprensione, non



novembre • dicembre 2005

si può dire altrettanto per gli elementi, ché sono dei principii astratti; si è soliti dire che gli elementi sono cinque modi di generare e trasformare l'energia, mentre gli animali rappresentano cinque modi di manipolarla ed usarla, ma è necessario comprendere le idee e i concetti sottesi alla teoria dei cinque elementi e le loro interazioni.

Altro importante rappresentante dello stile fu Ti Kiu San, temuto per la forza dei suoi avambracci e ideatore della forma *Ti sin kuen* («Forma del filo di ferro»); quest'ultima è considerata il tesoro più prezioso dell'*hung gar* e si esprime in una serie ininterrotta di esercizi di *chi kung* con l'emissione di suoni; le sue componenti tecniche sono associate alla sfera esoterica e dell'alchimia corporea, a causa del suo lavoro sulle energie organiche.

Tra i grandi maestri del novecento c'è senz'altro Lam Sai Wing, allievo di Wong Fei Hung, macellaio prima e specializzato in ortopedia cinese poi; fu abilissimo nel combattimento a mani nude e la sua arma preferita era la coppia di coltelli farfalla, *Wu dip dao*.

Si tratta di una tipica arma degli stili del sud; usata in coppia, era versatile e facilmente occultabile.

La punta può essere rivolta verso il gomito, così che la lama protegga gli avambracci e portando dei colpi di gomito, in realtà si infliggono dei potenti fendenti. Con la punta rivolta in avanti si possono effettuare parate, affondi e fendenti; il particolare paramano può fungere da tirapugni e il tipico uncino posto sull'elsa, oltre a permettere di rovesciare la lama, può imprigionare l'arma dell'avversario, ma anche lacerare.

Altra forma con le armi condivisa da quasi tutte le scuole di *hung gar* è *Hung cher kwun*, anche conosciuta come *Hao kwun*, il «bastone della scimmia». Il mito della scimmia è profondamente radicato in Cina e a questo simpatico animale sono associate qualità quali l'intelligenza, il coraggio e l'ingegno; ma in questo caso si fa riferimento al Re scimmia, spesso raffigurato con un bastone in mano, personaggio mitologico che emerge dalle pagine della novella *Hsi Yu Chi*. Seppur di indole pacifica e tranquilla è coinvolto in una serie di avventure ricche di magie, demoni e dei taoisti e buddisti.

Abile nel combattimento e nell'uso del bastone, raggiunge l'immortalità dopo aver bevuto un elisir; punito per aver sfidato gli dei, avrà l'opportunità di riscattarsi accompagnando un monaco cinese, nel

suo viaggio in India. Stesso personaggio, infatti, lo troviamo nel romanzo del periodo Ming *Pellegrinaggio verso ovest* in cui il nostro Re scimmia guida e protegge un monaco cinese.

Il bastone era l'arma principe dei monaci e nel loro peregrinare rappresentava un sostegno, un compagno di viaggio e un'ottima e insospettata arma da difesa, tanto che negli anni il binomio monaco-bastone divenne inscindibile.

Nel bagaglio tecnico dell'*hung gar* vi è un'ulteriore forma con il bastone, creata nell'ambito di un'altra importante famiglia, quella dei Lau, il cui capostipite fu Lau Ngan, allievo di Lam Sai Wing; a essi va attribuita anche la stesura di *Lau gar kuen* («Pugno della famiglia Lau»), forma elegante e raffinata che si contraddistingue per i suoi tre saluti iniziali.

Infine è da menzionare la sequenza più veloce dello stile, ovvero *Wu dip jeong* («Palmo di farfalla»), che si distingue dalle altre per la fluidità dei suoi movimenti e per il grande uso dei colpi di palmo.

Studiare l'*hung gar* non significa solamente praticare un'arte marziale ed eseguire le sue forme, ma far rivivere e perpetuare un'insieme di valori che tendono a scomparire, e che per decenni sono stati custoditi in un ristretto ambito sociale.

Giuseppe Giosuè - Scuola Kung Fu Club  
Istituto per lo studio e la ricerca sul kung fu tradizionale

Info: [www.giosuekungfu.com](http://www.giosuekungfu.com) o TEL. 338/3626061

